

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF  
EFFICACY* DENGAN *ADVERSITY QUOTIENT* PADA  
REMAJA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

**PUPUT SONJA IKA**

NIM. 2017-60-040

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

**2022**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF  
EFFICACY* DENGAN *ADVERSITY QUOTIENT* PADA  
REMAJA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

**PUPUT SONJA IKA**

NIM. 2017-60-040

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

**2022**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal:

09 MAR 2022

Mengesahkan Fakultas Psikologi  
Universitas Muria Kudus



Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Fajar Kawuryan, S.Psi, M.Si

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the first member of the exam board.

2. Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the second member of the exam board.

3. Dhini Rama Dhanita, S.Psi, M.Si

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the third member of the exam board.

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF EFFICACY*  
DENGAN *ADVERSITY QUOTIENT* PADA REMAJA**

Yang diajukan oleh

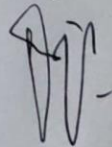
**PUPUT SONJA IKA**

**2017-60-040**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

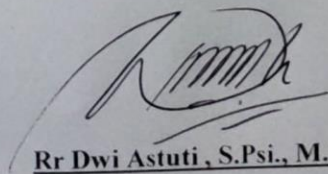
Pembimbing Utama



**Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si**

Tanggal...09.MAR 2022

Pembimbing Pendamping



**Rr Dwi Astuti, S.Psi., M.Psi,Psikolog**

Tanggal...09.MAR 2022

## PERSEMBAHAN

Dengan segenap kasih dan doa karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

1. Bapak, Ibu, Risky yang senantiasa mendoakan tanpa henti kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan kewajibannya dan selalu memberi dukungan kepada penulis dalam meraih cita-citanya.
2. Segenap keluarga tercinta.
3. Dosen-dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang terhormat .
4. Teman-teman yang memberikan dukungan selama ini.



## MOTTO

**“Bahagia itu bukanlah suatu hal yang harus dicapai, tapi adalah langkah yang harus diikuti”**

Jika ingin bahagia dan ingin menjadikan hidup ini mudah, maka berusahalah menikmati setiap perkara hingga yang paling sulit sekalipun



## KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirohim

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan karunia serta hidayah-Nya yang tiada batas, dengan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* pada Remaja”** untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar S1 dalam bidang psikologi.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari perhatian, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak yang sangat berharga bagi penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Iranita Hervi M, S.Psi., M.Psi., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan izin kepada penulis untuk mengadakan penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
2. Ibu Fajar Kawuryan, S.Psi, M.Si selaku pembimbing utama yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, masukan, dan semangat kepada penulis dari awal hingga akhir penulisan skripsi.
3. Ibu Rr Dwi Astuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing pendamping yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis.

4. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S.Psi dan Bapak Muji Syukur S.Psi, yang telah membantu penulis dalam menjelaskan tentang hasil analisis dan pengelola data SPSS untuk skripsi ini.
5. Para dosen dan staff pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan wawasan serta ide-ide berharga kepada penulis.
6. Bapak dan ibuku yang tercinta, terima kasih atas cinta dan kasih sayangnya dalam merawat sampai sekarang dan senantiasa memberikan doa setiap harinya.
7. Tunanganku Risky Fernando terima kasih telah menemani, memberi perhatian dan dukungan dalam membuat skripsi
8. Sahabatku Anita, Rani, Fiya terimakasih untuk dukungan dan kebersamaan selama ini
9. Teman seperjuangan angkatan 2017, terimakasih untuk kebersamaan selama 4,5 tahun yang hebat
10. Semua pihak yang telah menjadi bagian hari-hari penulis dan teman-teman selama ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas dukungan doa, dan kebersamaan hingga studi penulis selesai.

Atas bantuan yang telah diberikan, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga Allah selalu memberikan keridhoan dan kebahagiaan. Semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat, Aamiin.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan dan penelitian skripsi ini terdapat banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna. Dengan hal tersebut penulis mengharapkan kritik dan masukan demi kesempurnaan penulisan



karya tulis berikutnya. Akhir kata, dengan kerendahan hati penulis mohon maaf apabila selama proses penulisan skripsi ini banyak melakukan kekhilafan.

Kudus, 27 Januari 2022

Penulis

Puput Sonja Ika



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	9
C. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis.....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Adversity Quotient .....	11
1. Pengertian <i>Adversity Quotient</i> .....	11
2. Faktor – Faktor <i>Adversity Quotient</i> .....	12
3. Dimensi – Dimensi <i>Adversity Quotient</i> .....	14
B. Self Efficacy .....	17
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	17
2. Aspek -aspek <i>Self Efficacy</i> .....	18
C. Dukungan Sosial .....	20
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	20
2. Aspek – Aspek Dukungan Sosial .....	21

D. Hubungan antara Dukungan Sosial dan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Adversity Quotient</i> .....	24
E. Hipotesis .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Identifikasi Variabel.....	28
B. Definisi Operasional Variabel.....	28
1. Dukungan Sosial.....	28
2. <i>Self Efficacy</i> .....	29
3. <i>Adversity Quotient</i> .....	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	30
1. Populasi .....	30
2. Sampel.....	30
D. Metode Pengumpulan Data .....	30
1. Skala Dukungan Sosial.....	31
2. Skala <i>Self Efficacy</i> .....	32
3. Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	33
E. Validitas dan Reliabilitas .....	34
a. Validitas.....	34
b. Reliabilitas .....	34
F. Metode Analisis Data.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	36
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	36
1. Perizinan Penelitian .....	36
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data .....	36
3. Pelaksanaan Penelitian .....	39
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas .....	40
1. Perhitungan Validitas .....	40
2. Perhitungan Reliabilitas.....	42
D. Analisis Data .....	43
1. Uji Normalitas .....	43
2. Uji Linieritas.....	44

3. Uji Hipotesis .....	45
E. Pembahasan.....	47
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan.....	52
B. Saran.....	52
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>54</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel3. 1 Blue Print Dukungan Sosial .....	31
Tabel3. 2 Blue Print Skala <i>Self Efficacy</i> .....	32
Tabel3. 3 Blue Print Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	33
Tabel4. 1 Blue Print Skala <i>Adversity Quotient</i> .....	37
Tabel4. 2 Blue Print Skala Dukungan Sosial .....	38
Tabel4. 3 Blue Print Skala <i>Self Efficacy</i> .....	39
Tabel4. 4 Sebaran Item Skala <i>Adversity Quotient</i> yang Valid dan Gugur .....	41
Tabel4. 5 Sebaran Item Skala Dukungan Sosial yang Valid dan Gugur .....	41
Tabel4. 6 Sebaran Item Skala <i>Self Efficacy</i> yang Valid dan Gugur .....	42
Tabel4. 7 Hasil Uji Normalitas .....	44
Tabel4. 8 Hasil Uji Linieritas antara <i>Adversity Quotient</i> dan Dukungan Sosial..	44
Tabel4. 9 Hasil Uji Linieritas antara <i>Adversity Quotient</i> dan <i>Self Efficacy</i> .....	44
Tabel4. 10 Hasil Uji Hipotesis Mayor .....	45
Tabel 4. 11 Hasil Analisis Korelasi Dukungan Sosial dengan <i>Adversity Quotient</i> .....	46
Tabel4. 12 Hasil Analisis Korelasi <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Adversity Quotient</i> .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran A. Skala Penelitian

A-1 Skala Penelitian *Adversity Quotient*

A-2 Skala Penelitian Dukungan Sosial

A-3 Skala Penelitian *Self Efficacy*

### Lampiran B. Data Angka Kasar

B-1 Data Kasar *Adversity Quotient*

B-2 Data Kasar Dukungan Sosial

B-3 Data Kasar *Self Efficacy*

### Lampiran C. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

C-1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas *Adversity Quotient*

C-2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial

C-3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas *Self Efficacy*

### Lampiran D. Data Penelitian

D-1 Data Penelitian *Fix Adversity Quotient*

D-2 Data Penelitian *Fix Dukungan Sosial*

D-3 Data Penelitian *Fix Self Efficacy*

### Lampiran E. Uji Asumsi

E-1 Uji Normalitas

E-2 Uji Linieritas

E-3 Uji Analisis Regresi

### Lampiran F. Kategorisasi Standar Deviasi

F-1 Kategorisasi Standar Deviasi *Adversity Quotient*

F-2 Kategorisasi Standar Deviasi Dukungan Sosial

F-3 Kategorisasi Standar Deviasi *Self Efficacy*

### Lampiran G. Screening Judul, Form A, Form B

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF EFFICACY* DENGAN *ADVERSITY QUOTIENT* PADA REMAJA

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *adversity quotient* pada remaja. Subjek penelitian ini adalah 67 remaja di Kabupaten Pati. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik kuota sampling. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala dukungan sosial, skala *self efficacy* dan skala *adversity quotient*. Hasil analisis data dengan menggunakan Analisis Regresi dimana perhitungan menggunakan program SPSS 15.0 *for windows*. Diperoleh hasil koefisien korelasi  $r_{x1,2y}$  sebesar 0,819 dengan p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) ini berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *adversity quotient*. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *adversity quotient* diterima. Hasil koefisien korelasi antara variable dukungan sosial dengan *adversity quotient*  $r_{x1y}$  sebesar 0,722 dengan p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) ini berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *adversity quotient*, dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima. Sementara itu koefisien korelasi antara *self efficacy* dengan *adversity quotient* ( $r_{x2y}$ ) sebesar 0,811 dengan p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) ini berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan *adversity quotient*, dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima. Sumbangan efektif variable bebas terhadap variable terikat sebesar 67%.

Kata kunci: dukungan sosial, *self efficacy*, *adversity quotient*

## ABSTRACT

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND SELF EFFICACY AND ADVERSITY QUOTIENT IN ADOLESCENTS**

*This study aims empirically examine the relationship between social support and self efficacy with adversity quotient in adolescents. The subjects of this study were 67 adolescents in Pati Regency. The sampling technique in this study used a quota sampling technique. The measuring instrument used to obtain the data is the social support scale, the self efficacy scale, and the adversity quotient scale. The results of data analysis using Regression Analysis where the calculation uses the SPSS 15.0 for windows program, the results of the correlation coefficient  $r_{x1,2y}$  are 0,819 with  $p$  of 0,000 ( $p < 0,01$ ) this means that there is a very significant relationship between social support and self efficacy with adversity quotient. Thus the hypothesis which states there is a relationship between social support and self efficacy with the adversity quotient is accepted. The results of the correlation coefficient between the social support variable and the adversity quotient  $r_{x1y}$  of 0,722 with a  $p$  of 0,000 ( $p < 0,01$ ) this means that there is a very significant positive relationship between social support and the adversity quotient, thus the hypothesis in this study is accepted. Meanwhile the correlation coefficient between self efficacy and adversity quotient  $r_{x2y}$  is 0,811 with  $p$  of 0,000 ( $p < 0,01$ ) this means that there is a very significant positive relationship between self efficacy and adversity quotient, thus the hypothesis in this study is accepted. Effective contribution the independent variable to the dependent variable is 67%.*

**Keywords: social support, self-efficacy, adversity quotient**